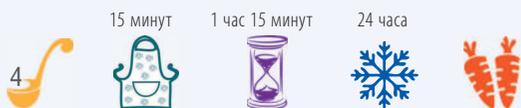


Курица с травами

- 1 большая курица
- 200 г лука-порей
- 250 г моркови
- 1 стакан воды
- 1 лимон
- 1 пучок свежего базилика
- 3 зубчика чеснока
- сушеный розмарин по вкусу
- сушеный тимьян по вкусу
- соль и перец по вкусу



Вымойте курицу, снимите с нее кожу и высушите на бумажном полотенце, натрите базиликом, чесноком, лимоном, разрезанным на четверти, тимьяном и розмарином. Поставьте в холодное место на сутки.

На следующий день положите в чашу мультиварки вымытые и мелко порезанные морковь и лук-порей. Посолите, поперчите и подлейте немного воды. Положите курицу на овощи, часть овощей поместите внутрь курицы и запекайте 1 час в режиме «Выпечка», затем оставьте в режиме «Подогрев» еще на 15 минут.



Говядина с овощами

- 250 г постной говяжьей вырезки
- 1 л воды
- 1 стебель лука-порея (белая часть)
- половина репчатой луковицы
- 70 г моркови
- 70 г сельдерея
- 1 пучок зелени
- 1 бутон гвоздики
- соль и перец по вкусу



Очистите и вымойте морковь, лук-порей и сельдерей. Порежьте овощи крупными кубиками. Сложите все в чашу мультиварки и залейте водой. Добавьте порезанную зелень, лук и гвоздику, посолите, поперчите, установите режим «Тушение». Когда вода закипит, положите мясо и варите в том же режиме 1 час. После того как мясо станет мягким, достаньте его из бульона, нарежьте на кусочки и положите на тарелку. Вареные овощи используйте как гарнир.

